

INTERVIEW MIT ROLF FRINGER –  
EHEMALIGER FUSSBALLNATIONALTRAINER SCHWEIZ



# «ICH MUSSTE VIEL EINSTECKECKEN, DOCH DAS HAT MICH GESTÄRKT»



Am 6. Februar 2017 kam der ehemalige Schweizer-Nati-Trainer Rolf Fringer an unsere Schule. Vor knapp 60 Lernenden der UNITED school of sports erzählte er von seinen Erfahrungen mit den Medien. Im Rahmen der Spezialwoche «Sport und Medien» gab er unseren Sporttalenten Tipps und Tricks mit auf den Weg, welche Chancen und Gefahren der Umgang mit Medien bietet. Das Interview führte Andreas Jucker, Chefredaktor und Sportchef von «Radio Munot».

## Sind Sie vor Interviews nervös?

Am Anfang war ich schon kribbelig. Aber man gewöhnt sich daran. Mit der Zeit konnte ich abschätzen, was die Journalisten von mir wollten; ob es ein seriöser Bericht oder eher eine Boulevardstory war.

## Hat sich der Journalismus im Laufe der Zeit verändert?

Ja. Früher stand in der Zeitung nach drei Minuten hat Spieler X geflankt und Spieler Y hat in der vierten Minute ein Tor gemacht. Heute ist das ganz anders.

Der Boulevard ist viel stärker geworden. Die Journalisten wollen wissen, ob die Freundin des Stürmers schwanger ist oder nicht.

## Sie stehen heute vor Lernenden einer Sportschule. Welche Tipps können Sie geben?

Als erstes möchte ich allen Schülern der UNITED school of sports sagen, dass ihr privilegiert seid. Solche Schulen mit Sportförderung oder solchen Mediencoachings, wie es in dieser Spezialwoche gibt, das war früher undenkbar.

Es ist natürlich super, nach einem Sieg Auskunft geben zu dürfen, aber man muss auch bei einer Niederlage vor die Medien stehen. Sieg und Niederlage gehören im Sport immer dazu. Ich habe immer die Klappe aufgerissen und bekam dafür aufs Dach. Vielleicht sollte man sich ein wenig zurückhalten. Aber man darf auch keine Angst vor den Medien haben. Als wichtigster Tipp möchte ich mitgeben: Seid authentisch.

## Sie haben «aufs Dach» bekommen?

Ja, als ich bei Stuttgart neuer Trainer wurde mit Jogi Löw als Assistententrainer fragte man mich, was mich auf die Palme bringt. Ich gab lässig zur Antwort: Kokosnüsse. Dieses Zitat musste ich nachher wieder und immer wieder hören. Boulevardzeitungen wie der Blick oder die Bild haben eine grosse Macht. Heute sind die Sportler übervorsichtig

geworden, was sie noch von sich preisgeben. Für den Sportler selber ist das ein Schutzmechanismus. Der Journalismus an sich ist dadurch aber langweiliger geworden.

## Sind Journalisten eine Art «Feind» der Sportler?

Nein. Bei einem guten Verhältnis zu einem Journalisten kann man auch einmal etwas einbringen, was einem wichtig ist. Aber als Athlet darf man nie vergessen, welchen Beruf das Gegenüber hat. Ein Journalist lobt gute Leistungen, aber wenn es schlecht läuft, muss er auch kritisieren. Das ist sein Job. Journalisten sind keine Freunde. Aber es spricht nichts dagegen, ein gutes Verhältnis mit jemandem zu pflegen.

## Welches war die negativste Erfahrung, die Sie gemacht haben?

Als ich frisch Trainer der Nationalmannschaft wurde und wir ein Spiel gegen Aserbeidschan bestreiten mussten. Die Zeitungen erwarteten ein 5:0 oder einen 8:0-Sieg. Wir aber verloren 1:0. Yakin hatte noch einen Penalty verschossen. Dann steht man als Trainer dumm da. In den Medien wurden

wir sehr stark kritisiert. Wochenweise gab es negative Berichte und man hat eine Kampagne gegen mich gefahren. Das war zeitweise so heftig, dass später an der Uni Zürich sogar eine Arbeit zur Analyse dieser Kampagne geschrieben wurde. Das hat mir im Nachhinein betrachtet ein dickes Fell gegen negative Berichterstattung gegeben. Ich habe in dieser Zeit viel gelernt. Ich musste viel einstecken und das hat mich gestärkt. Eine der wichtigsten Lektionen für mich war auch, vor jedem Gegner Respekt zu haben.

## Sie erwähnten in diesem Zusammenhang Roger Federer?

Ja. Ins Rampenlicht zu kommen ist für einen guten Sportler nicht schwer, aber dort erfolgreich zu bleiben, das macht den Unterschied aus. Egal ob Roger Federer gegen die Weltnummer 1 oder einen kaum bekannten Chinesen spielt, er hat immer Respekt. Trotz seinen 18 Grand Slam-Siegen war er nie arrogant und hat niemals schlecht über seine Gegner gesprochen. Von seinen Interviews kann man lernen. Es gibt meiner Meinung nach kein besseres Vorbild als ihn.

## Roger Federer ist einmalig. Aber ist es nicht schwierig, nach einer Niederlage keine Kritik zu äussern?

Ein geschickter Journalist schnappt sich bei einer Niederlage einen Spieler von der Ersatzbank. «Warum hast du nicht gespielt? War die Entscheidung des Trainers richtig usw.» Das sind die Tricks der Medien. Ex Nati-Trainer Ottmar Hitzfeld hat seine Spieler psychologisch super auf solche Situationen vorbereitet. Wenn jemand raus muss auf die Ersatzbank, so trimmte der die Spieler darauf, dem Eingewechselten viel Glück zu wünschen. Man macht nicht ein saures Gesicht wie Stürmer Ajen Robben oder andere bekannte Beispiele. Man zeigt Respekt für die anderen Spieler. Denn in einer Mannschaftsportart gewinnt man nur als Team. Und: Wenn man schon kritisiert in den Medien, dann beginnt man zuerst bei sich selber. Zudem gebe ich als Tipp, alle Interviews immer zum Gegenlesen ver-

langen. Man kann dort zwar nichts am Schreibstil verändern, aber Fehler in den Aussagen korrigieren.

## Könnte man auch ein Interview verweigern?

Nein, das ist auch keine Lösung und wird einem negativ ausgelegt. Der Spieler kann höchstes vor dem Match sagen, dass er Zeit für die individuelle Vorbereitung für den Match braucht und erst nach dem Spiel das Interview geben möchte. Ein Journalist muss dies akzeptieren.

## Und wenn trotzdem negativ berichtet wird über den Sportler? Wie reagiert man?

Meine Erfahrung zeigt: Es lohnt sich nicht, auf negative Berichte zu reagieren. Man muss lernen, etwas einzustecken. Das formt den Charakter. Das hat mir auch gut getan. Die perfekte Antwort auf negative Berichte ist es, Leistung zu zeigen. Antwort mit einer guten Leistung, und die Berichterstattung wird sich automatisch ändern.

## Was möchten Sie neben diesen wertvollen Tipps unseren Sportlern noch auf den Weg geben?

Der Umgang mit den Medien ist ein Spiel, welches ihr zu euren Gunsten beeinflussen könnt. Ich hoffe, das konnte ich ein wenig aufzeigen. Mir ist es noch wichtig zu sagen, dass ihr nicht vergessen sollt, dass es nicht selbstverständlich ist, dass ihr an einer solchen Sportschule seid und dass es euch im Sport derzeit gut läuft. Euer Talent hat gemacht, dass ihr hier seid. Doch Talent ist der kleinere Teil. Am wichtigsten im Leben eines Sportlers ist der Wille und die Leidenschaft. Etwas um jeden Preis zu erreichen, ist viel wichtiger als Talent. Ein berühmter Mann sagte einmal: «You can get it, if you really want!».

*Wir bedanken uns herzlich bei Rolf Fringer für seinen Besuch an unserer Schule und für die vielen anschaulichen Tipps für unsere jungen Sporttalente!*